

党委书记、校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话材料汇编（13 篇）

目录

1.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	2
2.党委书记在 2024 年春季学期开学典礼上的讲话	5
3.校长在 2024 年春季学期开学典礼上的讲话	8
4.校长在 2024 年春季开学典礼上的致辞	12
5.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	17
6.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	20
7.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	24
8.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	28
9.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	33
10.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	36
11.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	39
12.校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话	44
13.校长在新学期首次升旗仪式上的讲话：有所爱亦被爱	48

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

玉兔送春归，金龙迎新来。短暂充实的寒假结束了，我们再次相约在美丽的 xx 校园。看到大家抖擞的精神、灿烂的笑脸，相信同学们一定度过了一个温馨、祥和、愉快的春节。在这里，我代表学校向全体师生致以最诚挚的祝福：祝愿大家在新的一年里平安、健康、快乐、进步！

每一个晨光揭开的瞬间，都蕴含着无尽的希望与梦想。在刚刚过去的 2023 年里，在全校师生的共同努力下，学校荣获了全国国防教育示范校、xx 省中小学德育工作示范基地、xx 区 2022——2023 年度教学质量标兵学校等 20 余项荣誉；校长 xx 喜获全国新教育实验十佳“智慧校长”、第五届 xx 区道德模范等荣誉称号；xx 等 6 位教师荣获省市级教学荣誉称号。徜徉在 xx 这个大家庭里的同学们是幸福的，读书节、体育节、艺术节、科技周、英语节、晨诵庆典、研学旅行等丰富多彩的活动，让大家展示风采，收获成功，锻炼能力，这一年你们成长的不仅是身体，更多的是知识的积淀，能力的提升，让自己向“能歌善舞、能说会写、强身健心，品学兼优、面向世界”的 xx 娃迈进了一步。

春回大地，万象更新。春天是万物复苏的季节，更是播

种希望的季节。在新的学期，希望同学们博采众长，持之以恒；希望老师们言传身教，善导恒严。为此，我提出四点期望：

一要勤学上进，追求卓越。你们要时刻牢记学生的天职就是学习，希望大家在 xx “乐学善问”学风、“厚德启智”教风、“求真创新”校风熏陶下，都能扣好人生第一颗纽扣，懂得更宏大的使命担当；希望你们知新致远而不自满，在汲取新知的进程中，对知识保持渴望，对学习保持专注，自信而谦逊，全面发展的良好风貌；要掌握高效科学的学习方法，养成良好的学习习惯，不断提升自我，完善自我，超越自我。

二要坚持阅读，提升素养。阅读是一种习惯，让心灵丰盈的习惯。我们在书中知过去，懂现在，明未来。当我们静下心来读书，就能感受到字里行间的意蕴，体会到人生哲理，使人能正确对待荣辱，明理得失，正确面对生活中的挫折和失落。当你处于闹市喧嚣，一句“采菊东篱下，悠然见南山”就可以让你感受到自然的宁静；当你身处逆境心灰意冷时，一句“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”就能让你重拾信心；当你志得意满，目空一切时，一句“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”就能使你警醒。

三要勇敢面对，持之以恒。同学们，花有重开日，人无再少年。在学生阶段，好好学习就是一种责任、一种使命，更是一种对自己的负责。你们要知道，现在不吃学习的苦，将来就要吃生活的苦。新的学期、新的希望，新的征程已经开启，你必须学着忍耐、学着坚持、学着付出，同学们，在

新的一年，希望你们都能沉着冷静、不骄不躁、不卑不亢、不气不馁，重整旗鼓，重新出发。

四要语言文明，举止优雅。同学们，文明是每个人种植幸福的结果！行动有序、行为有礼、语言文明是我们 xx 校园的特色。每位同学都是学校的缩影，我们要树立正确的荣辱观，从仪表整洁、不说脏话、不乱扔纸屑、不带零食入校等小事做起，做到时时讲安全，人人讲卫生，处处讲文明，让我们的 xx 校园井然有序、富有温度。

今年，是安康市创建全国文明城市关键年，它更需要我们每个人以向上至善之精神、全力以赴之姿态，凝聚文明共识，聚力文明创建。就让我们从现在开始一起行动起来，将“语言文明、行动有序、行为有礼”根植于心，外化于行，在参与创文的过程中去感受这个城市的日新之美、日进之美，去实现文明城市与文明市民的共同成长、美美与共吧！

最后希望所有 xx 学子扬帆起航、踔厉奋进，以“长风破浪会有时”的信念、以“咬定青山不放松”的坚持、以“最激昂是少年志”的奋斗底色一起迎接热辣滚烫的新起点，发扬“龙”的精神品质，同心逐梦向未来！谢谢大家！

党委书记在 2024 年春季学期 开学典礼上的讲话

同学们好：

首先为你们寒假的学习和社会实践取得的成绩和表现感到高兴，这就是 xx 学子的样子，这就是一个优秀的高中生的模样，为你们点赞，为你们喝彩。

2024 是中国传统的龙年，龙在中国文化中具有重要的象征意义，代表着团结、力量和威严，象征着中国人民的古老文明、历史传统和文化自信，龙也是中华民族的图腾，是中华民族团结一心，奋力向上的象征。今天我想送大家三句话。

第一句话：龙腾四海，志在千里。龙之所以既能翱翔于九天之上，又能遨游于四海之间，因为它拥有广阔的视野和远大的志向，从不让梦想被现实所束缚。

同学们也一样，在新的学期里，要敢于追求更高的目标、更远的梦想，“心有多大，舞台就有多大”。只有志向远大、目标具体，才能在未来的发展道路上走得更稳、更好、更坚定！

新学期，请同学们要笃定目标，要在追逐梦想中锚准航向，葆有坚如磐石的战略定力、勇于拼搏的奋进姿态，做到心中有梦想、脚下不停步。

第二句话：龙腾虎跃，气势如虹。龙在广阔的天空中自

由翱翔，它的身体多么矫健而有力，步伐多么从容而自信，每一步都是那么稳健、有力、坚定和果敢。

同学们面临着繁重的学习任务、激烈的竞争压力，在这个阶段，你们也需要一种强大的精神力量来支撑自己，不断前行。在面对困难和挫折时，要像龙一样勇往直前，不惧任何挑战，一步一个脚印地朝着目标前进。

新学期，请同学们保持”龙腾虎跃”那样坚韧不拔的毅力和勇往直前的决心，积极锻炼身体，认真刻苦学习，坚持丰盈内心，提升自己的修养，在学习生活中能以龙腾虎跃的姿态去展现气势如虹的风采。

第三句话：龙飞凤舞，展翅高飞。在古老的东方文化中，龙和凤分别代表着智慧与美丽。“龙飞”意味着你们要有不屈不挠的精神，无论遇到怎样的困难和挫折，正如龙在逆境中依然能够腾飞，你们也要学会在困境中崛起；“凤舞”代表你们要有优雅从容的态度。

同学们要在快节奏、高强度的学习生活中，要学会保持内心的宁静与平和，像凤一样，用优雅从容的姿态面对生活中的每一个挑战，在舞动青春中展现自己的美丽与智慧。

新学期，请同学们在面向未来中勇毅前行，培养内心的从容与笃定，保持对生活的热爱和对未来的信心，学会扎根向阳，用奋发向上的态度面对困难和挑战，享受战胜困难和挑战带来的快乐。

最后，希望同学们在新的一年里振奋龙马精神，以龙腾虎跃、鱼跃龙门的干劲闯劲，扎根向阳，奔赴山海，祝全体

同学龙行龘龘，前程朙朙！

校长在 2024 年春季学期开学典礼上的讲话

尊敬的各位老师、同学们：

大家上午好！

人间四季，冷暖交织，万物拔节生长。新春伊始，万象更新，师生齐聚一堂。今天，我们全体师生重聚百年校园，一起迎接 2024 甲辰龙年新学期的到来。在此，我谨代表学校领导班子向老师们、同学们致以最美好的，也是今年最流行的祝福：祝大家龙行龘龘，前程朤朤！

回顾 2023，全体五中人铆足干劲，奋楫争先，播种了希望，也收获了令人骄傲振奋的突破和成绩。2023，我们坚持创新引领，以创建全国文明校园、齐鲁名校、绿色学校为目标砥砺奋进；2023，我们深耕理念文化，持续打造卓越文化品牌，“和爱”教育落地扎根；2023，我们聚焦新课堂，立足常规抓课改，一大批师生在全国省市区各级各类比赛中获奖，大大提升了百年五中的教育品质；2023 年，我们传承红色基因，隆重举办 130 周年校庆，海内外校友“以青春之名共赴 xx 之约”，大大增强了五中人的文化自信；2023，我们荣获了全国中小学国防教育示范校、xx 市教书育人先进集体、xx 市全学段衔接“泉引桥”工程百所引领培育校、xx 市健康教育基地等多项荣誉……

“戮力同心风清扬，潮平岸阔任我行”。2024 年是甲辰

龙年。龙，是中华民族图腾，具有刚健威武的雄姿、勇猛无畏的气概、福泽四海的情怀和强大无比的力量，既象征着五千年来中华民族自强不息、奋斗进取的精神血脉，更承载着新时代新征程亿万中华儿女推进强国建设、民族复兴伟业的坚定意志和美好愿望。

2024年是新中国成立75周年，是澳门回归祖国25周年，是体育健儿逐梦巴黎奥运年，是中国航天人继续奔赴星辰的一年……也是《中华人民共和国爱国主义教育法》正式实施的第一年，这一切都有一个核心关键词，那就是“爱国”。

那么，什么是“爱国”？

这不禁让我想起了著名教育家张伯苓。1935年9月17日，时任南开大学校长的张伯苓，在开学典礼上提出了振聋发聩的“爱国三问”——“你是中国人吗？你爱中国吗？你愿意中国好吗？”彼时，正值中华民族危亡之际。这“三问”，一问民族血脉，二问家国情怀，三问责任担当。在风雨飘摇的旧中国，这“爱国三问”无异于当头棒喝，更无异于醍醐灌顶，瞬间点燃了学生们的爱国热情，唤醒了无数青年的救国之志。

如今，张伯苓校长的发问声虽已过去89年，却犹在耳畔，发人深省。习近平总书记曾经指出：“这三个问题是历史之问，更是时代之问、未来之问，我们要一代一代问下去、答下去！”

“爱国主义”是中华民族精神的核心，是中国人民和中华民族同心同德、自强不息的精神纽带。爱国主义精神深深

植根于中华民族心中，是中华民族的精神基因，维系着华夏大地上各个民族的团结统一，激励着一代又一代中华儿女为祖国发展繁荣而不懈奋斗。

希望老师们立足教育教学，引导学生扣好人生第一粒扣子，在每一个孩子的心中种下爱党、爱国、爱社会主义的种子，激发爱国之情、砥砺强国之志、实践爱国之行，让每一个五中人都成为红色基因的传承人与守护者。

同学们，只有热爱祖国、融入人民，青春的光谱才会更加广阔，人生的奋斗才更有价值。当下，于我们而言，爱国就是：爱祖国的大好河山，爱祖国的灿烂文化，爱自己的骨肉同胞；爱国就是：爱党、爱社会主义；爱国就是：“请党放心，强国有我”“躬耕教坛，强国有我”的铮铮誓言；爱国就是：学好习、锻炼好身体、掌握好本领的实际行动；爱国就是礼敬国旗、唱响国歌。

今年春节，有几部电影非常火爆——《热辣滚烫》《第二十条》《飞驰人生》，虽然情节不同，但是都在讲述着一个共同道理，那就是：坚定信念，做正确的事；勇往直前，做更好的自己！

初三的同学们，希望你们在初中最后 100 多天的时间里，不断地挑战自己、突破自己！你们要有敢为人先的志气，坚定信心，做时间的主人，做命运的主人，永不言弃，为实现自己的梦想去努力、去拼搏。

初二的同学们已经步入了知识和能力大幅度提升的关键期，你们要以锲而不舍的精神，认真做事，把每件事做对；

用心做事，把每件事做好，努力在地生学考中取得优异成绩，为初三打下坚实的基础。

初一的同学们，希望你们好好总结反思一个学期的初中生活，要有以始为终的思维，尽快收心聚力，主动培养良好的行为习惯，持续提升自我管理和自主学习的能力，为自己未来的发展筑牢根基。

同学们，站在新学期的起点，让我们弘扬中华民族“龙”的品质和精神，努力成为更好的自己，成就更精彩未来。

一是龙行天下，做志存高远、心怀家国的人。要永远记住“红色”就是我们五中人成长发展的底色，新时代的五中学子要将个人的梦想融入国家和民族的宏伟大业中，成为有理想、有本领、有担当的新时代好少年。

二是龙马精神，做勤学善思、追求卓越的人。以勤奋和智慧书写未来。

三是龙章凤彩，做心怀美好、志趣高雅的人。要学会用心感受世界的美好，学会感恩和珍惜。

四是龙腾虎跃，做热爱运动、阳光自信的人。珍惜青春时光，以健康的体魄和阳光的心态，迎接生活的挑战和机遇。

最后，甲辰龙年，让我们振奋龙马精神，以龙腾虎跃、鱼跃龙门的干劲闯劲，开拓创新、拼搏奉献，共同开启“热辣滚烫”新一年，共同创造 xx 五中时代发展新辉煌！

祝老师们工作顺利，祝同学们学习进步，祝大家心想事成！

校长在 2024 春季开学典礼上的致辞

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

暖雨晴风初破冻，柳眼梅腮，已觉春心动。心怀对过往的认同、对当下的珍视、对未来的展望，我们送走了精彩而充实的寒假。春意渐浓群芳竞，桃李芳兮学子归。走过五一大道的路，吹过平安街道的风，可爱的 xx 少年们，欢迎你们回家！

元春始风华，万象启今朝。今天，我们在这里隆重举行 2024 年上学期开学典礼，在此，我谨代表学校向全体师生致以新学期美好的祝福，愿我们在全新画卷里激扬青春、砥砺前行，创造更为美好、灿烂的生命图景。

这个假期，突如其来的寒冷空气抵挡不了心中的热忱。一场冻雨，绿皮内燃机车拉着高铁在轨道上稳稳奔跑，让我们见证科技与时代的交汇；因为大雪而封堵的高速上，各省沿途的乡亲们互帮互助、自发派送物资，我们感动于人与人之间众志成城的真挚与善良；在春晚的舞台，我们与李白觥筹交错，对酒和歌，体悟了历史与文化的传承，无比自豪地感受了 xx 分会场的热情与欢腾。

当然，这个假期令我们印象深刻的，还有贾玲导演的电影《热辣滚烫》。这部电影不仅仅描绘了一个关于拳击减肥

的故事，更讲述了一段关于不躺平于现状，勇敢改变、自我蜕变与救赎的经历。电影里，贾玲饰演的杜乐莹对生活感到麻木、几近失去自我。但在经历了一系列的挫折和伤害后，我们看到她迸发出的倔强顽强的力量，通过练习拳击改变了自身的处境、体态、精神面貌和人格。影片的最后，乐莹面对专业的拳击选手，明知不可战胜，却倔强地坚持要打完比赛，为的就是要战胜过去的自己，她漂亮地诠释了电影里的经典台词：“人活着，总得为自己拼一次，赢一次”。

“热辣滚烫”，这四个字强调了活得热烈、充满活力的生活态度。亲爱的同学们，希望你们能拥有热辣的梦想，在滚烫中努力坚持，为自己精彩地“赢一次”。

希望同学们自知自省，深耕自我，探寻内心热辣梦想。

我想问在座的同学们，你们能说出自己的梦想吗？我看到有人兴奋地点了点头，也有人迷茫地摇了摇头。也许你们认为，梦想就是考什么大学，就什么职位，那太狭隘了。我以为，梦想之所以热辣，就因为她是发自内心的渴望。她可能源自你对自我的要求——你想成为那样的人，也可能源自你对美好的追逐——你想拥有你想收获，也可能源自你对世界的担当——你想被认可更想被需要，想不仅能改变自我更能帮助他人和社会。人，生来不满足于现状，我们珍惜当下，但我们总能反省不足，总能朝向更好。所以，这渴望，这梦想，她燃烧你的内心，她让你可能因迟迟没有回应而觉坐立不安，她呼唤着你的行动，她让你的眼中有了坚定的神采，成为一个充满魅力的人。她，就是你对自己、对生活的热辣

辣的爱。

回忆我的中学时代，在语文学习的练字中，我反复抄写过雷锋日记的第一段：如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地？如果你是一线阳光，你是否照亮了一分黑暗？如果你是一颗粮食，你是否哺育了有用的生命？

你们是否跟我一样，感受到了日记里热辣滚烫的梦想：不介意自己的平凡渺小，哪怕只是一滴水一线阳光一颗粮食，也要做最好的自己，要尽力给这世界输送最大的能量。如果今天你们问我，我现阶段的热辣梦想，那就是让长铁一中再续辉煌，让每一位同学，都能发自肺腑地、骄傲地说出“我是 xx 人”。同时，我也由衷地期望，每一位同学都能通过新学期在 xx 的学习和生活，去发现内心深处的那个热辣梦想，去与她拥抱、合作、奋斗，去遇见、去成为更好的自己。

希望同学们自强自律，从一而终，滚烫之中坚持不懈。

我们每个人都可以像杜乐莹一样，通过滚烫的坚持，成为更加健康、强大的自己。愿你们坚持做有梦想的 xx 少年，怀揣热辣的梦想，定下目标和方向，规划好每天的小目标、每周的大目标、每月的长期目标，做到迎着朝霞实干，脚踏实地；不对着晚霞幻想，笃于虚声。愿你们坚持做长本领的 xx 少年，在优秀的传统文化中修身养性，在多元的学校课程中充实素养，持之以恒地发展自身各个方面，像大树把根深深扎入泥土一样拼命吸取营养强大自我。只要你不言放弃，一切皆有可能；只要你满怀希望，就会无往不胜。愿你们坚持做敢担当的 xx 少年，关心他人，有服务班级的担当；直

面挑战，有攻克难题的担当；受挫不馁，有屡败屡战的担当。孩子们，你们处在最风华正茂的年纪，不必因为一时一次的不如意就放弃，滚烫的坚持，需要你们相信相信的力量，相信坚持的力量，需要你们像剧中的杜乐莹在拳击比赛中那样说：我不下来，我还能再战！

希望同学们自勉自强，敢为人先，为自己漂亮地“赢一次”。

影片中的乐莹最后输给了专业选手，可她自己却说：我赢了。

同学们，你们觉得什么是“赢一次”？比赛结果打败了对手才是赢吗？不，我认为一次自我的改变、一个目标的实现、一项计划的完成，都是赢了。赢在结果里，更在过程的每一次获得里；赢在别人的评价里，更在自我的肯定里。

同学们，愿你们能够“赢一次”自己。我们的努力不是为了超越别人，向对手炫耀。我们的目光应该首先集中在自我的提升上，如果今天的你做到了“一日自我成长小目标”，是赢了；达成了“坚持一周一月”，是赢了；如果实现了“重塑自我，无需刻意的自觉”，更是赢了。

同学们，愿你们能够“赢一次”现在。我们的努力不是为了个个成为学霸、成为卓越人才。我们的目光应该首先集中在“超越现在”。如果今天的你比昨天的你进步了一点，是赢了；如果明天的你比今天的你在某个方面让人刮目相看，是赢了；如果实现了“不断成长变得更好直至最好的自己”，更是赢了。

同学们，追逐学业进步和梦想实现的过程中，我们每个人最大的竞争对手其实不是别人，而是我们自己。希望我们热爱生活也热爱自己，关注成长，当我们一天比一天更有力量，更有魅力，也更找到自我更喜欢自己，发现自己更有信心去拥抱未来去向周围输送自己的能量，我们一定漂亮地“赢了一次又一次”！

亲爱的 xx 学子，可爱的少年，自豪的青年，热辣滚烫的青春年华。征途在星辰大海，潮涌于壮阔山河，当梦想的种子生根发芽，当远方的灯塔闪烁微光，当执着的坚持成为习惯，奋斗的视野里就有了更磅礴的理想、壮丽的风景，更辽阔的远方。

借得时光一两墨，绘成前路万点春。最后，祝愿大家在新的学期，与热爱并行，与勤奋为伴，沉潜砥砺，热烈生长！

谢谢大家！

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

尊敬的各位老师、同学们：

大家好！春风如画、桃李飘香！寂静了一个月的校园，因为你们的归来，又充满了朝气和生机。今天我们相聚在一起，举行 2023—2024 学年第二学期开学典礼，我代表学校向全体同学们表示亲切的问候，向辛勤工作在教育教学、管理和服务一线的每一位教职工致以崇高的敬意！祝大家在新的一年里身体健康、心想事成！

新学期，应该怀有新的期待与理想，当前我们的国家正在经历疫情后，经济复苏、信心复苏、干劲复苏的阶段，各行各业正携手同心、接续奋斗，而我们每一个人也应承担自己应该承担的责任，做好自己应该做的事情。对我们而言，就是老师好好教，学生好好学，后勤人员好好服务。我坚信，只有我们每个人都守好自己的责任地，学校才能有好的发展，而只要我们每个人都尽自己的责任，学校就会有好的发展。

新学期，新目标，踏上新征程。新春伊始，我代表学校向同学们提出以下几点要求和希望：

第一，勤奋学习，成为有广博知识的人。为者常成，行者常至。我们每一个同学只有发扬刻苦钻研的精神，勤奋努力地学习，才能在广阔无垠的知识海洋中学到更多的知识。希望同学们掌握正确的学习方法，养成“专注、善思、勤记、

多练”的良好学习习惯，要在每一个平凡的日子里，脚踏实地，不辍奋进，把成长的大目标分解为每一门课程、每一堂课、每日的小目标，在日常学习生活中做好每一件应做的小事，追求每天进步一点点，用努力成长，奋力拼搏，为自己打下大气充盈的精神底色，养成正道直行的人生品格，全面发展，努力做一名谦谦至善少年。

第二，勇于争先，成为一名敢于拼搏的人。曾子曰：“士不可以不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？”这句话的意思是说，有抱负的人肩负着重大的使命，路途又很遥远，因此必须心胸宽广而意志坚定。同学们，读书人要有不怕吃苦、敢于拼搏的精神。大部分成功人士身上，都有一般人没有的顽强不屈的意志、敢于拼搏的精神、吃苦耐劳的品质，还要有适合自己的学习方法，也就是说要敢于战胜学习道路上遇到的种种困难，做一个克服困难的勇士，而不作困难面前的逃兵。借用电影《热辣滚烫》中的一句经典台词，就是“如果没有特别幸运，那就请特别努力。”

第三，学会感恩，做一个助人为乐的人。我们在一生中得到了许多来自亲人、师长、同学还有一些陌生人的关爱与帮助，我们要学会感谢，心生感恩之心。但是我们仅仅是感恩还不够，我们还得把得来的这些爱再无私地传递出去，做一名懂得感恩的人。助人其实并不难最难得的却是以之为乐；“助人”可能是临时的义举，“为乐”就会是长期的追求。助人一人，你可以是一个善良的人；以之为乐的人，你才是

一个高尚的人。同学们，在家做个好孩子，在校做个好学生，在社会上做个好公民。希望同学们，学会感恩，做一个助人为乐的人，感恩家庭，感恩学校，感恩社会。

天道酬勤，力耕不欺。老师们、同学们，2024年将是xx实验学校奋蹄前行的一年，是学校持续发展的攻坚之年。我们全体师生要以百倍的信心，排除种种干扰，克服重重困难，有条不紊地为学校工作出谋划策，贡献自己的力量。新的学期孕育着新的希望，新的挑战承载新的梦想，我们xxxx实验学校全体师生必须站得更高、看得更远、做得更好，上下齐心，共同努力，创造新的辉煌。

最后，祝我们的学校万事兴“龙”，“龙”行大运；祝我们的老师龙马精神，事业有成；祝我们的同学龙腾虎跃，学业进步。谢谢大家！

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家下午好！

玉兔报春归，金龙迎新来。愉快、短暂的寒假生活已经结束，我们如约相聚他中校园。每次归程，都是为了更好地出发。在 2023——2024 学年第二学期开学典礼之际，我谨代表学校向全体师生致以龙年迟到的祝福：祝愿大家在新的这一年里平安、健康、快乐、进步！

每一个晨光揭开的瞬间，都蕴含着无尽的希望与梦想。2023 年，俄乌冲突、中东危机、日本排污入海……我们在世界舞台上见证了百年未有之大变局的加速演进，在时代浪潮中感受搏击风浪的强劲力量。但我们守住了初心，守牢了阵地，向全世界展示中国智慧、中国速度、中国精神。神舟 17 号成功发射、杭州亚运会圆满举办……无数个感动的瞬间让我们热泪盈眶。这种跨时代的震撼，展现了中华民族发展的坚定信心。

岁月镌刻前行的足迹，奋斗绘就追梦的荣光。过去的一年是全体他中人奋发、奋进、奋勇的一年。在全县教育教学高质量发展的蓬勃势头下，他中人主动担当，向老百姓交出了一份亮眼的“成绩单”：一是高考成绩再创新高。xx。二是教师发展初见成效。引进硕士研究生 2 人、新晋副高职称

2人。教师参加微课、优质课比赛，有17人次获市级奖；教师指导学生参加科创比赛，3人获省级一等奖。三是体艺特色成果凸显。学校先后举办了迎新篮球赛、第十届校园科技文化艺术节、田径运动会和第八届校园足球联赛等活动。同时，认真组织师生参加县级各类体艺比赛，其中，学生在田径运动会中获得团体总分第一名、在男子足球比赛中获第一名、在“12.9”合唱比赛中获第一名、在大课间活动比赛中获第一名，8名同学代表xx县参加xx市路跑接力赛，荣获“二等奖”。教师在三人制篮球比赛中获第一名，在羽毛球比赛中获二等奖……所有成绩的背后，都是他中人砥砺前行的智慧和汗水。在此，我提议，让我们把最热烈的掌声送给最美的自己！

老师们、同学们，今年是学校步入高质量发展的第十个年头。“十”在中国传统文化中寓意着圆满、美好，比如“十全十美”。“十”还代表着持久和坚定，比如“十年磨一剑”“十年寒窗”。对于我们他中而言，“十”更是新发展的重要里程碑。在此，我有三句话想和大家共勉：

一、传承他中精神，遇见更好的自己

“立德树人、责任至上”是我们的校训，更是一种精神传承。我们坚持博学雅行，做一个有品位的人；坚持格物致知，做一个有深度的人；坚持慎思明辨，做一个有理性的人；坚持勤勉自律，做一个有追求的人。在校训的指引下，他中学子已具有了明显的精神特质，无论是在校园里的学习生活，还是在校外参加活动比赛，都能展现出良好的道德品质、丰

富的知识积累、较强的创新精神。未来，我们更要传承好这宝贵的精神，奋力拼搏，遇见更好的自己。

二、珍惜他中平台，为自己赢一次

这个春节，央视春晚赢了，赢在文化自信。《年锦》《咏春》等节目，将中华优秀传统文化中的纹样之美和水墨剪影之韵展现得淋漓尽致。西安分会场《山河诗长安》，将诗意浪漫与热血沸腾有机结合，真是赢麻了。

回顾春节档电影《热辣滚烫》，我们看到了主人公凭借坚定的信念和勇气，克服重重困难，最终实现了自己的梦想。“如果没有特别幸运，那就请特别努力。”“你赢过吗？哪怕只有一次。”影片中这些温暖励志的台词，更是一种积极的人生态度。同学们，在追求梦想的道路上，每一步都充满着挑战与艰辛，在追逐学业的过程中，每一阶段都面临着懒散与惰性的困扰。其实，我们每个人最大的竞争对手不是别人，而是我们自己，是战胜自己的懒散、战胜自己的惰性。我们的努力也不是为了给别人看，而是唤醒自己内在的力量，超越自己，去成为更好的自己。新学期、新征程，希望所有他中人，撸起袖子加油干，为自己真正赢一次。

三、厚植家国情怀，实现青春价值

“涓涓不寒，是为江河；源源不断，是为奋斗；生生不息，是为中国。”青年的目光停驻之处，便是国之所向，青年也只有将视野落向值得追求的天涯尽处，我们的人生才能格局宽广，价值无限。如何才能实现青春价值呢？唯有认真读书。风华正茂的你们，心里都藏着一个了不起的自己。不

要因为一时一次的不如意就放弃，运气只是锦上添花，只有绝对的努力和坚持才是取得成功的最好武器。

老师们、同学们，山水万程，心之所信不改；奋斗不息，行之所往必至。新年新气象，新年新起点，让我们紧密地团结起来，如巨龙破浪般扬帆起航，共同开启这个充满希望与挑战的甲辰龙年，谱写更加灿烂的他中诗篇！

最后，祝愿老师们身心健康、阖家幸福！

祝愿同学们健康成长、学业进步！

祝愿我们的学校越来越好！

谢谢大家！

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

老师们，同学们：

大家新学期好！

一年复元，万象更新。我发言的题目是《龙行龘龘，创未来》。

今年春节，有一句祝福“龙行龘龘，前程朙朙”，成了这个甲辰龙年祝福热词。不过，要问谁最初就能流畅读写这句祝福，很多人不一定知道。不瞒大家，起初看到这两个词，我也不能确定它的读音、具体意思与深刻含义。于是，我赶紧去查词典。

据《说文解字》记载：“龘龘”释义为“飞龙之状”，意为六条巨龙凌空而起，昂扬热烈；“朙”同“明朗”的“朗”，释义为“明亮之状”。“龙行龘龘，前程朙朙”，意思就是，可以像龙一样腾飞而上，前途一片光明。

今天，是新学期的第一天，我有三句话，想送给同学们。

第一句话，坚定信仰，热爱祖国，做新时代龙的传人。

同学们，龙在中华五千年的历史长河中，逐渐演变成了中华民族的精神象征和文化符号，代表着“向上的力量”。龙的名字，不仅贯穿于我们的传统文化，也体现在新时代高科技发展的荣耀中。我国自研的战斗机家族，以“威龙”为名，翱翔九天；载人潜水器“蛟龙”，直探海底；极地科考

船“雪龙”号，破冰南极；纵横电网的“华龙一号”“玲龙一号”，吹响第三代自主核电技术创新的号角，点亮华夏灯彩……从深海到苍穹，从极寒到炽热，“龙”字号们践行中国梦，畅通天地，奔赴未来。

新时代的我们肩负着实现国家富强、民族复兴、人民幸福的时代重任。我们要拥有龙一样的追梦精神，坚定文化自信，坚定中国信仰。我们要面向未来，勇做新时代龙的传人，把小我的成长，融入大我的发展，在实现中华民族伟大复兴中国梦的伟大征程中，实现自己的人生价值。

第二句话，追求卓越，永不止步，做新时代好少年。

同学们，鱼跃龙门的故事大家耳熟能详，黄河中的鲤鱼纷纷向龙门处跳跃，但只有不畏险阻，百折不挠的鲤鱼，才能在千百次尝试后，一跃而过，化身成龙。这个故事一直激励着炎黄子孙顽强拼搏，奋勇向前。今年春节贺岁电影《热辣滚烫》，是一个关于成长和超越自我的故事。影片中的乐莹一开始自我否定、浑浑噩噩、被周围人抛弃，后来拳击运动成为照亮她生命的一束光。她梦想成为一名拳击手，并最终在赛场上找回了真正的自己。其实，生活中，我们面对的每一个困难，也如拳击场上的每一次挥拳，但只要我们坚定信念，百折不挠，就一定能够战胜困难，实现属于我们热辣滚烫的人生。

影片中有一句台词掷地有声：人活着，总得为自己拼一次，赢一次！同学们，人不是因为希望才去坚持，而是因为坚持才有了希望。学习是一场没有终点的旅程，在学习的

道路上，我们只有永不止步，才能成为新时代好少年。在这个旅程中，我们会遇到困难，会面对挑战，但只要我们坚定梦想与追求，我们一定能成为一束光，成为一道照亮自己与他人的光，一道照亮现在与未来的光。

第三句话，阳光自信，向上生长，做新时代好学生。

同学们，龙代表着力量、勇气 and 希望。在新的一年里，我希望我们每个人都能像龙一样，拥有强大的力量，勇往直前。细心的同学会发现，我们看到的“龙”，它总是昂首挺胸，昂扬自信。新的一年，我们要做阳光自信的“小龙人”、奋力进取的“小龙人”，争做新时代好学生。

我们奋发向上，不只是外显的热辣滚烫的飞驰人生，还应该有一种向内的“定”且“静”的慢状态。“定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得”，当我们能够获得“定”与“静”的能力，向内求，向内观，向内挖掘，耐心地“觉察”“思考”“蓄势”的时候，我们就能不断过滤一些不好的情绪和习惯，然后更有效地去行动，实现“向上”生长。史载曾国藩有一个习惯，每天临睡前一定要反思：自己这一天干了些什么，哪些事干得好，哪些不太好，干得不好是因为什么，我为什么会出现这样的状况，那我下次怎么做。

同学们，自信是一种力量；自省，也是一种力量，一种为向下扎根，向上生长，蓄势待发的力量。

同学们，龙行龘龘创未来。春天，万物生长，种子发芽，新叶萌发，让我们奋发进取，一起开启新学期，共创美好未来。

谢谢大家！

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

亲爱的老师们，同学们：

大家上午好！

龙行龘龘迎美好学期，热辣滚烫赴飞驰人生。

今天，我们麓山国际洋湖实验学校隆重举行开学典礼，迎接甲辰龙年新学期的到来。龙，作为中华民族的图腾，具有刚健威武的雄姿、勇猛无畏的气概、福泽四海的情怀强大无比的力量。首先，校长伯伯想和你们一起唱两句歌，请你们接上：古老的东方有一条龙，它的名字叫——中国，古老的东方有一群人，他们全都是——龙的传人。

我听到了你们昂扬的气势和自豪的声音。对每一个炎黄子孙来说，龙的形象是一种符号，一种心绪，一种血肉相连的情感。自古以来，以龙命名的事物更是数不胜数，我们再来玩个接龙小游戏，看同学们能对上多少个：深渊叫作“龙潭”，驰骋千里的马称为“龙文”，古代科举状元别称“龙头”，科举考场的正门就叫“龙门”；中药有“龙骨”，水果有“龙眼”，绿茶界的顶流名为“龙井茶”；香料中的极品名为“龙涎香”，宝剑中的翘楚名为“龙泉剑”；称赞书法了得“龙飞凤舞”，祝福朝气蓬勃为“生龙活虎”，极致的人才叫“人中龙凤”……同学们，你们知道吗？随着科技的高度发达，我国以龙命名的事物既能腾飞于九霄，又能潜藏于深渊，我们

有“威龙号”战机一飞冲天，有“蛟龙”号载人潜水器深海探索；有“鲲龙”号飞天跨海展翅翱翔，有“雪龙”号破冰前行，极地考察……这些以龙为名的大国重器，彰显出中华民族锐意进取、勇往直前、自强不息的精神力量。而 2024，龙年，则承载着我们对理想的无限期冀，对未来的无限展望。

今天，我想用龙年热映的两部电影《热辣滚烫》和《飞驰人生 2》，对同学们提三点希望。

第一句，希望你们，用热烈的爱去追逐心驰神往的梦。

电影《热辣滚烫》的主人公乐莹整天昏昏沉沉、无所事事，后来历经种种艰辛，让她能重新站起来的是她心中那份初心所爱——拳击。《飞驰人生 2》中主人公张弛黯淡的教练生活，惨淡的落魄中年，让他重新燃起希望的，是热爱；让他重上战场的，是热爱；让他重获新生的，还是那始终如一的热爱。爱因斯坦说，对于一切来说，只有热爱才是最好的老师。同学们是否有关关注频频火上热搜的“扫地僧”，河南博物馆讲解得头头是道的保洁阿姨，郑州博物馆即兴讲解“云肩之美”在全网刷屏的保洁阿姨孙宝菊，厦门博物馆获大学教授夸赞的保安讲解杨贵宝，夺得《中国诗词大赛》冠军的外卖小哥雷海为等等，因为心有热爱，那些拗口难懂的古籍说明诗词歌赋对他们来说不再枯燥；因为心有热爱，那些日复一日的普通生活让他们有了不同的意义和乐趣。2月18日，甲辰龙年正月初九，滑雪赛场传来喜讯，中国选手谷爱凌完成了卡尔加里8连冠的壮举，创造了该项目女子选手新的历史记录，其实，在这个赛季，谷爱凌一直伤病缠身，

甚至一度难以行走，但她说“有的人生下来就是为了比赛，就是爱比赛，我觉得我就是这样的人。”热爱比赛，热爱冰雪运动给了谷爱凌以战胜病痛的勇气，也给了她以勇夺桂冠的决心。同学们，你们知道谷爱凌夺冠后干什么去了吗？她说“中国冰雪加油，我要去做航空动力学和中国经济学作业了。”同学们，希望你们永远热爱祖国、热爱生活，热爱学习，新的学期，还希望你们找到心中独一无二的那份热爱，它可以是某一项运动，可以是阅读、唱歌、画画等。你们要坚持心中所爱，并为之不断努力。你们要相信，热爱是一个人内心最深沉持久的力量，它不是心血来潮的一闪而过，也不会因为年节更替而稍纵即逝。热爱会陪伴你一起历经时间的洗礼，热爱会让你有源源不断的力量，热爱会带你跨越山河，去追逐心驰神往的星辰大海。

第二句，将苦辣的挫折锻造成纵横驰骋的铠甲。

《热辣滚烫》中乐莹遭遇亲人的嘲弄，朋友的背叛和男友的欺骗，而《飞驰人生2》中，张弛面对的，是网友的炮轰，对手的算计，现实的窘迫……他们愤愤地怒过，狠狠地哭过，甚至深深地绝望过，但最后，他们都选择了直面挫折，把苦和辣放进生活的熔炉，锻造成飞驰的铠甲，奔向崭新的希望。前几天，美国 OpenAI 公司推出 Sora，这是继 ChatGPT 之后的第二枚重磅炸弹。ChatGPT 读完一整本书并完成重点内容的提取与整理只需要 5 分钟，写一篇论文只要 2 分钟；而 Sora 仅需要一个多小时，就能完成一个视频创作者几天才能完成的作品。也就是说，过去人们如果想要制作一个视频，

需要先撰写脚本，布置拍摄场地，花时间录制，再进行各种后期剪辑，最终才能形成一个完整的作品。但 Sora 的问世，你只需要简单描述几句，Sora 便能精准捕捉你的想法，为你打造一部 60 秒的细节丰富视频。英特尔创始人安迪·格鲁夫曾经提出过一个“十倍速变化”理论：外界变化永远要比我们预料的快十倍。在这个瞬息万变的时代，我们会面对很多不可预料的困难和挑战，逃避困难的人只会痛不欲生，不能迎难而上的人将无所遁形。同学们，苦辣是必不可少的营养，困难是人生的必修课，经历过困难的人，意志会更坚韧；迎接过困难的人，心胸会更博大；战胜过困难的人，人生才算丰盈。新的学期，希望你们面对困难，拥抱困难，把困难锻造成铠甲，披上身，莫听穿林打叶声，只管吟啸徐行，勇敢地在风雨中前行，在长空中搏击，在时代的滚滚浪潮里纵横驰骋。

第三句，以滚烫的行动，风驰云走超越自我。

鲁迅先生说过一句很朴实的话，“单是说不行，要紧的是做。”做，就是行动。老子说，千里之行，始于足下。简单来说，就是马上行动。古语有云：日日行，不怕千万里，常常做，不怕千万事。这是告诉我们，要坚持不懈地行动。今天我想跟大家说的“滚烫的行动”，就是做，马上做，坚持做，你的行动要永远滚烫，不冷却，不停歇。贾玲《热辣滚烫》的成功，就跟她“滚烫的行动”密不可分。同学们有没有留意到电影的最后，贾玲 300 多条减肥备忘录，看到屏幕上那长长的滚动的日期和数据，看到乐莹训练时那紧咬的

牙关和流淌的汗，看到乐莹在拳击赛场终于扛过一拳又一拳与对手拥抱，同学们，你们是否有跟我一样热泪盈眶，心潮难抑？300多天如一日的行动，300多天如一日的坚持，贾玲成功了，她不是战胜了别人，而是超越了自己。《飞驰人生2》里，张弛开到那个让他一败涂地的极限弯道处，看到那块曾经摧毁一切的石头，他和曾经失败的自己合为一体，并肩作战，战胜自己，超越自己。同学们，我们不需要和他人去比，外面没有别人，只有自己。如果你觉得自己胆子很小，请勇敢一点，举手表达，比昨天的声音大一点点；如果你觉得自己成绩不够好，请马上行动，努力学习，比昨天的自己进步一点点；如果你觉得自己唱歌很棒，请坚持行动，继续练习，比昨天的声音更好听一点点；如果你觉得自己性格很好，朋友很多，大家都很喜欢你，请永远善良，永远可爱，比昨天的自己更快乐幸福。校长伯伯希望你们为超越曾经的自己风驰云走，马上出发；为追求更完美的自己，坚持不懈，“滚烫行动”。

同学们，120年前，梁启超在《少年中国说》里写下“潜龙腾渊，鳞爪飞扬”，如今，神州大地处处生龙活虎，龙吟虎啸。生逢盛世当不负盛世，生逢其时当奋斗其时。2024，愿麓洋学子们如习近平总书记所寄望：振奋龙马精神、以龙腾虎跃、鱼跃龙门的干劲闯劲，开拓创新、拼搏奉献。希望同学们龙行龘龘迎美好学期，热辣滚烫赴飞驰人生。

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

老师们，同学们：

大家好！这是一个不同寻常的开学季。窗外，正春寒料峭；教室里，却春意盎然。这浓浓的春意，饱含在师生重逢时温暖的问候里，展现在每个同学灿烂的笑容里。我们知道，没有一个冬天不可逾越，没有一个春天不会来临，“千红万紫安排著，只待新雷第一声”。因此，在新年新学期的第一个早晨，我要热情地祝福老师们龙年大吉，身体棒棒，事业旺旺！也祝福同学们龙行龘龘，前程朤朤，学业有成！

这是一个乍暖还寒的春天，而青年正如春天。近日，OpenAI 震撼发布了人工智能文生视频模型 Sora，让我感受到一个新时代的来临：一个瞬息万变的时代，一个科技主导的时代，一个充满挑战也蕴含无限希望的时代。作为青年一代的你们，该如何迎接这个时代？是茫然，是恐惧？还是勇敢地接受挑战？不同历史时期的 xx 人，给了我们响亮的回答，也给我们树立了人生的坐标。

坚定理想信念，追随伟大时代。革命时期的 xx，曾经孕育了 xx 等 11 位老一辈无产阶级革命家和 xx 等 48 位革命烈士，他们无一不抱着实现民族独立、改变积贫积弱面貌的理想信念，义无反顾地投身到革命斗争中，以身许国，无怨无悔。建设年代的 xx，走出了 xx 等 14 位“两院”院士，他们

怀抱科技强国的坚定信念，让国家更强大，让人民更幸福。改革时期的 xx，更是培养了一批批各行各业的精英，他们奋斗在祖国的各条战线，成为共和国的基石，同时也关注着母校的发展。同学们，让我们追随这个伟大的时代，为民族复兴奋发有为。

行动铸就理想，积蓄成长力量。春节期间，我和同学们一样，也关注了两部电影。《热辣滚烫》中突围蜕变、重塑自我的杜乐莹，《飞驰人生》中坚守热爱、追逐梦想的赛车手张驰，他们对理想的不离不弃、对逆境的不屈不挠、对自我的不断突破，通过不懈的行动，终于让梦想照进现实。作家克雷洛夫说：“现实是此岸，理想是彼岸，中间隔着湍急的河流，行动则是架在川上的桥梁。”再远大的理想，没有坚实的行动，都是空想。教室里的孜孜不倦、孤灯下的奋笔疾书、运动场的腾空跳跃、练功房的挥汗如雨，无不是我们行动的注脚。在行动中，我们强健了体魄，磨砺了意志，增长了才干，积蓄了未来成功的能量。我们的行动，不止是专注于一方书桌，还要参与到德智体美劳全面发展的各项社会实践中，更要投身于为人民服务的时代洪流中。

担当升华人格，绽放绚丽青春。人生就像一艘大船，行动是桨，担当是帆，唯有敢于搏击风浪才能行稳致远。“身无分文，心忧天下”是当年 xx 辅仁学社的信仰和担当，也奠定了百年 xx 的红色基因。作为新时代的青年，我们不仅要关注自我成长，更要学会关心身边的人和事，积极参与集体活动，让“小我”融入祖国的“大我”，把“爱生活、善

求知、忧天下、有作为”的育人目标转化为脚踏实地的行动，在勇于担当的实践中提升格局，升华人格，绽放青春。习近平总书记说：“当代中国青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。广大青年要坚定不移听党话、跟党走，怀抱梦想又脚踏实地，敢想敢为又善作善成，立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，让青春在全面建设社会主义现代化国家的火热实践中绽放绚丽之花。”

2024 年，对 xx 人来说是具有特殊意义的一年，我们将迎来 120 周年校庆。120 年前，xx 在 xx 首开新学，立志教育救国；120 年来，xx 栉风沐雨，历经沧桑，却始终秉持“求实求真、图新图强”的 xx 精神，怀抱“教育强国”的恢弘梦想，与时代同呼吸，与民族共命运。一代人有一代人的长征，一代人有一代人的使命。如今，历史的接力棒交到了我们手中，如何跑好这一棒？让我们在青春的奋斗中，拼出“热辣滚烫”，赢得“飞驰人生”；让我们以“朴实沉毅”之名，以理想、以行动、以担当，交上精彩的答卷，用优异的成绩，向 120 周年校庆献礼！

谢谢大家！

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

老师们、同学们：

大家下午好！

在这万象更新的早春时节，我们又回到了熟悉的校园，迎来了充满生机和希望的新学期。我谨代表学校向全校师生致以最诚挚的问候，祝老师们家庭幸福、工作顺利！祝同学们健康成长、学业有成！

今年春节有一部电影《热辣滚烫》给观众留下了深刻的印象，电影讲述了女孩乐莹的故事。乐莹经历了生活的种种磨难后，选择了拳击作为自己人生的转折点，决定为自己赢一次，最终成功逆袭，从此掌握了人生的主动权，收获了“赢”的经验，更拥有了“蜕变”的勇气。借此机会，我想和同学们分享我的几点感悟。

一、拼搏的人生最精彩

人生能有几回搏，此时不搏更待何时？有梦想的地方，一切皆有可能。不仅仅是贾玲，不仅仅是“杜乐莹”，我们每一个人，只要心中还有梦想在燃烧，“为自己赢一次”的希望永不熄灭，就能将不可能变成可能。同学们，在一个人漫长的学习生涯中只有拼出来的美丽，没有等出来的辉煌。谁说一次次反复的推理论证、演算表达不是一种能力？谁说一次次反复的纠错校正、练习强化不是一种聪明？谁说一次

次绞尽脑汁、冥思苦想不是一种成功？谁又说一次次失败后的痛定思痛，继续前行不是一种胜利？不管你曾经多么迷茫，不管你曾经多么绝望，不管你曾经多么荒唐，你终归要继续努力，因为，我们内心的渴望是做“最好的自我”！因为，懒惰比勤奋更容易消耗生命！因为，奋斗原本是培育生命的最好土壤！只要你愿意拼一次，你就可能赢一次！坚定地追求自己的梦想，每个人都能在人生的舞台上熠熠生辉。

二、坚持的人生最炫酷

最近有一部大家关注度很高的电视剧《繁花》，其中的爷叔给观众留下了深刻印象，扮演者是 90 岁高龄的游本昌老师，游老师 11 岁登台，在 52 岁扮演经典角色济公之前，40 年里演了 79 个配角，他曾开玩笑道“好像上菜似的，我不是那个肘子，也不是那个黄鱼，我是那个佐料。”但正是他 79 个配角，40 年的坚持与历练成就了爷叔这样的角色。然后，空前绝后，无可替代。游本昌老师在获得第二届中国电视剧年度盛典“终生成就艺术家”荣誉时说到要活到老、学到老、改到老、干到老。他还鼓励年轻人要耐住性子，要有坚持性，只要向前，努力一定会被看到。同学们，“骐骥一跃，不能十步；驽马十驾，功在不舍。”人生的奔跑不在于瞬间的爆发，而在于途中的坚持，执着的信念和不懈的努力。

三、自律的人生最自由

稻盛和夫说过：“身材好，说明你嘴上自律；气质好，说明你在修心方面自律；人缘好，说明你在时间，体力，心

力，很多方面都自律。”自律，才能遇见更好的自己。所谓自律，就是干掉另一个颓废的自己。从今天起，迈开腿、张开嘴，用运动和大声晨读开启你元气满满的每一天；从今天起，认真听课，认真做笔记，认真完成作业，认真规划好自己的每一天；从今天起，远离一切消耗你能量的人和事，专注地做你最应该做的事情；从今天起，与书为友，以雷锋为榜样，开拓视野，滋养灵魂，修养品德，坚定信念。当你把早起变成一种惯性、把克制当作一种本能、把律己当成一种习惯时，你将迎来一个崭新的自己。

一年春作首，万事行为先。让我们热辣滚烫地拼搏，心无旁骛地坚持，持之以恒地自律！山水万程，心之所信不改；奋斗不息，行之所往必至。最后，衷心地祝愿同学们在新的一年里，龙马精神，学业精进！祝愿老师们万事如意，阖家幸福！祝福我们雷锋学校百尺竿头，再创辉煌！

谢谢大家！

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

亲爱的老师、同学们：

大家好！

玉兔报春归，金龙迎新来。短暂充实的寒假结束了，我们再次相约在美丽的一中城南。每次的归程，都是为了更好地出发。首先请允许我代表学校向全体师生致以新年最诚挚的祝福：祝愿大家在新的一年里平安健康、龙行龘龘（dá）、前程朙朙（lǎng）！

此刻，我猜，有同学会在暗戳戳地想，又是“龙行龘龘（dá）、前程朙朙（lǎng）”这两句祝福，今年春节都见了听了百把遍了，校长也没新意。不过我今天却想要问问我们的同学，有没有人能快速流畅地写出这个龘（dá）和朙（lǎng）字，并准确地介绍这两个词是什么意思。我猜我们很多人，包括有些老师们，都做不到。不瞒大家，起初看到这几个字，我也不认识，我甚至还自嘲：“没文化真可怕，春节祝福都读不懂。”但是我的优点是，不懂就赶紧问，不懂就立马学，我当时立马就去查了查字典。所以，没查过的同学们，本来我们都不懂，现在你们就得听我教你们了，《说文解字》中记载：“龘龘”释义为“飞龙之状”，意为六条巨龙凌空而起，昂扬热烈；“朙”同“明朗”的“朗”，释义为“明亮之状”。“龙行龘龘，前程朙朙”，意思就是：祝福大家可以像龙一

样腾飞而上，前途一片光明。你看，读懂了，就明白了，这两句确实是很好的祝福呀！

这又让我联想到了一个人——董宇辉，人们都说，他的直播间是最有文化的直播间。董宇辉曾经在直播间里跟网友有这样一段的对话：有网友问，内卷（juǎn）了怎么办？董宇辉说，那就读书，读书破万卷（juàn）。有网友问，没钱没房了怎么办？董宇辉说，那就读书，书中自有黄金屋。有网友问，没对象怎么办？董宇辉说，那就读书，书中自有颜如玉。有网友问，气质不好怎么办？董宇辉说，那就读书，腹有诗书气自华。有网友问，个子矮怎么办？董宇辉说，那就读书，万般皆下品，惟有读书高。有同学说，这是调侃，但也是回答，是中华文化的魅力，更是腹有诗书气自华的风流，也是董宇辉长得其貌不扬，却在十几亿中国人中脱颖而出的核心密码。

其实，今年过年还有句热句：“我想赢一次！”很多同学可能立马就能反应过来，这是贾玲在《热辣滚烫》里的一句台词，我们不妨一起回顾一下这个春节假期，会发现，其实有很多“赢”。

这个春节，哈尔滨赢了一次，赢在了城市文化，用一年的精心谋划，打造了属于中国的冰雪王国，“南方小土豆”“广西砂糖桔”“台湾小当归”纷纷在哈尔滨开启了一场双向奔赴的暖心之旅。这个春节，央视春晚赢了一次，赢在了文化自信，《锦鲤》《争春》等节目，用传统文化中的服章纹样之美和水墨剪影之韵将中华文化的自信，展现得淋漓尽致。这

个春节，西安赢了一次，赢在了经典传承，热门电影《长安三万里》，在春节晚会上再一次将诗意浪漫与热血沸腾有机结合，为我们呈现了一场宏大的视听盛宴。这个春节，我们湖南的怀化会同县赢了一次，赢在了诗歌的力量，会同县曾经出了一位名人，新中国开国大将——粟裕，粟裕小学的田园诗歌班，继续传承着粟裕将军的精神文化，用大山里的诗歌走出了大山，走上了春晚舞台，走进了海内外全国人民的视野。这个春节，央视主持尼格买提赢了一次，赢在了文字的魅力，他在春晚刘谦的魔术上没对上牌，却在元宵节对上了美好的寓意，他说“Q（Question 问题）和 A（Answer 答案）就得在一起，因为我们的生活一半是问题，一半是答案。”又在他再一次将两个 A 完整地放在一起时说：“分开的总会再次相遇，希望所有的问题都找到答案。”他用充满哲理又正合时宜的文字，获得了现场掌声雷动，获得了全国人民的一致好评。

而以上我所有提到的“赢”，都是源自于文化的力量，源自于读书的力量，是读书、阅读的沉淀，给了我们一次次赢的机会。

所以，同学们，新的一年，我们也要赢一次。所以，读书吧，爱读书吧，读好书吧，去寻找读书的乐趣，去养成读书的习惯，让读书成就梦想。正如莫言所说：“读书，是为了以后不在碌碌无为中周而复始，读书就是帮助我们实现价值的捷径。”林语堂说：“读书，可开茅塞，除鄙见，得新知，增学问，广识见，养性灵。”歌德说：“读一本好书，就是和

许多高尚的人谈话。”余秋雨说：“阅读的最大理由是摆脱平庸。”培根说：“读书给人以乐趣，给人以光彩，给人以才干。”等等。这些名家的话，都指向一个答案：读过的书，终会让我们遇见更好的自己。

杨绛先生曾收到过一封读者的来信，信中多处抱怨社会浮躁，人心难测。杨绛看罢回他：“你的问题主要在于书读太少，而想得太多。”书读得太少，眼界难免受限，阅历难免浅薄。遇到一点问题，就很难有好的方法来解决。而一个人要是有了足够多的知识，就可以轻易地从前人的经验中，找到困难的破解之法。一本好的书籍，如同一位良师益友。你的很多问题，都可以去书中寻找答案。如果你考试失利，不妨多读一读名人传记，比如《苏东坡传》，他的人生经历，将会让你获得更多的智慧和力量，足以与低谷对抗。如果你对人生感到很迷茫，也可以读读小说类书籍，比如《平凡的世界》，作者对人生的看法，也许就是你一直在寻找的答案。如果你想了解不同时代人民的生活，你可以读巴金的《家》《春》《秋》，感受中国历史处在转折时期四代人的分化与衰落。如果你想见见外面的世界，那就读一读《徐霞客游记》，他会带你走遍中国的大山河川，感受祖国的壮丽。

其实，我们的同学烦恼也很多，但大部分的烦恼，都可以靠读书治愈。作文写不好？多读书，多积累就会改善。做题理解力不行？多读书，多思考就会了然。觉得不自信？多读书就更改善气质，沉淀美好。朋友不够多？多读书，有知识总会吸引人。和父母沟通不好？多读书，多明礼就能解决。

成绩不好？多读书，多学习就会进步。

最后我想借用我非常喜欢的歌手，清华才子李健的一句话传达我对读书的看法，也表达我对全体师生读书的期望。曾经有一名记者问李健：“读书到底有什么好处？”李健温柔且坚定地回答：“书中自有 everything。”

Everything! 一切！同学们，书中自有一切！你的性格、你的成绩、你的工作、你的生活、你的人生……读书吧！让你命运的齿轮开始转动，让你的学习生活再赢一次！

2024 年是龙年，龙，作为中华民族的图腾，象征着力量、智慧和勇气。我们作为龙的传人，每个人心中都隐藏着一条巨龙，只待有朝一日崭露头角。同学们，在我心里，我一直坚信，你们都是这条潜龙的化身，拥有无限的可能和潜力，终有一天会将自己的知识和才华统统展现出来。因此，我希望全体师生能在新学期里，热爱学习，热爱读书，积累知识和才能，让心中的巨龙腾飞于知识的海洋之上，待到风起之日，扶摇直上，一鸣惊人！谢谢大家！

校长在 2024 年春季开学典礼上的讲话

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

日迈月征，万物兴荣。此刻，我们站在春日的熹光里，隆重举行 2024 年春季开学典礼。在过去的一年里，老师们爱岗敬业、勤耕不辍、竭忠尽智、甘为人梯，用爱书写着美丽的讲坛人生；同学们勤奋好学、诚实守纪、奋发上进、勇于超越，用汗水创造出喜人的成绩。我们带着 2023 丰收的喜悦，步入了满怀憧憬的 2024。在此，我谨代表学校向辛勤耕耘、无私奉献的全体教职员工致以崇高的敬意！向积极进取、奋发有为的全体同学表示亲切的问候！

我常常思索，中国的下一代，最需要拥有什么样的素养？中国航天飞船叫“神舟”，华为的操作系统叫“鸿蒙”，中国航天登月探测器名为“嫦娥”，暗物质粒子探测卫星叫“悟空”，量子科学实验卫星名为“墨子”，太阳监测卫星计划叫“夸父计划”……我突然发现：中华优秀传统文化的繁星始终以独特的方式闪耀在科技之巅，大放异彩。科学引导我们探索宇宙的奥秘，人文则让我们理解人的精神与情感、理解文化与艺术，科学与人文，两者相辅相成，共同照亮人类文明的前行之路，共同照亮每个人的夜空。

从根本上说，每个人求学的过程，就是不断追求真理和

崇尚人文的过程，我们需要尊重科学、崇尚科学的理念，需要“神农尝百草”的探索精神，“朝闻道，夕死可矣”的求真精神，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”的进取精神；同时，我们也需要把追求真理的力量融入优秀传统文化的时代发展和坚韧价值观念的正确引导中，努力成长为富有科学精神与人文素养的能够担当民族复兴大任的时代新人！

习近平总书记多次强调：“要在教育‘双减’中做好科学教育的加法。”学习数学，我们便能学会计算、推理、证明，于是，研究自然科学便有了工具和方法；学习物理化学，我们便能认识宇宙万物运动变化的规律；学习生物学，我们便能从自然万物的生命现象中，探寻生命的本质和本源；而信息科技，更让我们深刻理解这个世界除了物质和能量以外，还有一种重要的资源叫信息……科学，不仅是实验和公式，它是打开未知世界大门的钥匙，更在潜移默化中使人变得更加理性成熟，冷静沉稳。中国科学院李醒民教授曾说：“于科学之精神，则人人皆所宜有。倘人人皆有科学之精神，其国家必日臻强盛，其民族必特被（pī）光荣焉。”从以“两弹一星”、载人航天、月球探测为代表的大国重器，到以大数据、3D打印、人工智能等为代表的新科技革命，科技工作者不断探索未知领域、勇攀科技高峰的执着追求和创新精神，正转化为服务人民、奉献祖国的磅礴力量。今天，科技发展日新月异，希望同学们尊重科学，学习科学，运用科学，科学报国，科学强国，以科学复兴中华民族！

2023年12月20日，中国教育部印发通知，要求全体中

小学要全面实施学校美育浸润行动。是啊，科学是美的，诗歌、音乐、雕塑、建筑、绘画、园林等，同样是美的。有了一双美的眼睛，我们便能发现并感受到什么是“江南可采莲，莲叶何田田”，什么是中国画的“远山如黛，近水含烟”，什么是诗词书画背后的人生机遇、家国情怀。这样，美的精神，才能悄然融入我们的日常生活；这样，美的情感，才能孕育我们高尚的灵魂；这样，源源不断的美育，才能坚定我们的文化自信。

xx 实验中学是一方灵动的土地，我们不仅在这学习文化知识，同时也挖掘并发展人文、体育与艺术等领域的个性特长，为终身发展和幸福铺垫基石；我们不仅在这里培养自己独立自主的学习能力，同时也不断领悟并创新着 xx 文化，让“公勤诚朴”的内涵更为广阔；我们不仅在这培养自己探索未知的科学素养，同时也吞吐融合着中华优秀传统文化，保持及时奋发精神好担当宇宙的精气神！

在科技与人文互动的社会系统中，科技是发动机，人文是方向盘，只有充满人文精神的科技进步，才是真正促进人类社会正向发展的良性动力。同学们，愿你们始终葆有生生不息、刚健自强的生命力，学会既以科学的严谨态度解决问题，又用人文的视角理解世界；愿你们关注并参与时代发展进程，为历史存正气、为世人弘美德、为中国精神注能量，从而在新时代中国特色社会主义伟大实践中培养爱国之情、砥砺强国之志、实践报国之行！

人间又逢新岁月，春来更有好花期。亲爱的同学们，新

学期，新征程，愿你们在科学与人文精神的指引下，勇敢追求梦想，不断超越自我，奔赴美好未来！

谢谢大家！

校长在新学期首次升旗仪式上的讲话：有所 爱亦被爱

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

今天我国旗下讲话的题目是《有所爱亦被爱》。

每个人的童年，都有对“春节”的独家记忆。年夜饭围坐在一起，热气腾腾的饭菜，共看春晚的热闹，互相祝福的喜庆，拜年压岁钱的喜悦，鞭炮烟花的浪漫……这种独特感觉，都随着“年龄”增长渐渐转变。不论时光如何流转，不论身处多么遥远，春节回家过团圆年，是永远不变的情结。地图铺开，人潮汹涌，朝家的方向。家为何方？《第二十条》：在一起就是家。家之所在，爱之所在。每个人都是被爱包围的，彼此的关心祝福，洗去一年劳作的疲惫。幸福的人，总是有所爱，亦被爱。

2024年，小商店老板希望文具多卖出一些，烧烤摊摊主希望烤串多销售一些，环卫工大姐希望街道更整洁一些，菜市场阿姨希望蔬菜采购多一些，交通警察希望市民出行文明一些，孩子们希望快乐轻松假期多一些，学校老师希望学生学习再进步一些。人们都在忙碌，忙忙碌碌；人们都在追求，更上层楼。新学期，师生回到学校大家庭，我希望你们在朝夕相处中彼此关心多一些，相互温暖多一些，更上层楼飞得更高一些。为此，与大家分享几件小事，助你自信阳光、幸

福环绕。

一、驾驭“AI”

成年人的世界，有许多不易，一年奔波只为拥有照顾家人的能力。王宝强曾在电影里唱过一首歌，叫《有钱没钱回家过年》。有钱没钱，回家过年，原来我想衣锦把乡还；回家过年，家里总有年夜饭；有钱没钱，回家过年，亲人从来不会嫌我烦；漂来荡去了又一年，甜酸苦辣咸；过年，爷爷奶奶，最大的快乐是儿孙环绕身边，总有聊不完的天；爸爸妈妈，为了把时间留给父母，会统一回复厌倦的朋友圈。孩子们走完程序，拿到了压岁钱，一头扎进 QQ 空间。都说越大越孤单，大人们选择远离工具，手机网络扔一边。而孩子们即使家人在身边，却也说孤单，纷纷组团向网络里钻。大人偶尔无奈地开个玩笑：玩吧，将来考不上好大学，就去学门手艺，当个服务员。

近些年，停车场收费员、餐厅服务员、酒店外卖投递员、电话接线员、银行柜台职员、专业打字员、同声翻译员等等越来越多的职业，需要的人力越来越少直至消失。科技工作者推出越来越多的新技术，这些发明为人类提供更好便利、更高效率的同时，也在摧毁许多传统职业。人工智能时代是指人类社会的经历了农业革命、工业革命之后，迎来了第三次革命浪潮，即人工智能革命。在这个时代，人工智能技术将极大地推动人类社会的发展，也将取代更多人力。时代需要更多强大的新技术，对简单劳动力的需求将越来越少。AI 和驾驭 AI 的人顺应时代，玩物丧志和被工具奴役的人终将

淘汰。

技术在人与人之间拉近了时空距离，也架起了一堵高墙，疏远了人与人直接的言语、表情和心灵互动。电影是传媒对视听技术的呈现，工具配合了人的计划，为人的减肥决心所运用，就成为了贾玲的《一切还来得及》。游戏是公司盈利的手段，虚拟奴役了人的兴趣，将未来的斗志所阻断，就成为了小尼的“搭错的结局”。现实里，“与同桌面对面的争吵”比“网络上空对空的微笑”更美好，尤其是多年以后再回首。

二、相信“未来”

2023 年我参加了许多婚礼，见证了许多新人的幸福时刻，看到了许多父母的幸福微笑，婚礼是一个人及其父母一生中最幸福的事。婚礼上，新人往往都有一段相似的感慨：感谢过往，感谢一路走来所有的帮助、所有的坎坷，感恩遇见的所有的人、所有的事。不论顺境或逆境，不论称心还是闹心，若你能勇敢面对，经历终将是财富。人世间所有的事，当时以为是折磨，过后再看是历练，百炼方成钢。当时以为是道坎，过后再看是阶梯，向上的阶梯。

春节朋友小聚，看到朋友非常气愤。经询问，方知其办的健身卡还没消费完，健身中心就不开了。联想到自己也曾办过一张全民健身中心的游泳卡，一次性交齐全年费用，消费次数不限。可是，自己一次也没去过。从头到尾，也没有人在意我去没去，更不会有人打电话反复提醒我。如果三年是高中的“健身”周期，2023 年高考 xx 被南大接走了，xx 被浙大接走了，xx 同济、北理工、西安交大、东南、西北工

业大学接走了，xx 被运 20 飞机接走了。他们肯定不像我这样，过程总逃避，训练还定有借口。别人能用一年瘦身 100 斤后在大年初一精彩亮相，你为啥就不能甩掉包袱在今年、明年、后年的 6 月 24 日惊艳全场呢？

向驾校教练张驰学习，他有一个冠军梦，挑战巴音布鲁克拉力赛。与志同道合的好友组成战队，苦中作乐，积极进取；向检察院职员韩明学习，人到中年，再难仍努力建立和谐人际关系，在情与法之间，始终坚持正直、正义和风度翩翩。“有所爱”，是一种积极的人生态度。爱自己，爱追求，爱坎坷，爱未来。“亦被爱”，是一种感恩的独特魅力。亲子间、邻里间、师生间、同学间。看未来，“如今师长的唠里唠叨”比“未来一人独自前行”更温情，关键是此时此刻感悟到。

三、喜欢“现在”

韩寒是一个与青春和解、为梦想干杯的人。1999 年，韩寒以《杯中窥人》一文获得首届全国新概念作文大赛一等奖。以表面眼光看，他绝不是名校班、实验班的孩子，他很叛逆，综合成绩一般。2000 年，在上高一的韩寒退学，后出版首部小说《三重门》。他比我大两岁，在我上高中也陷入迷茫的时候，读了这本书。这本书类似《麦田守望者》，许多高中生当年在这本书里找到了共鸣。2003 年，他开始职业赛车生涯，逐渐成为一名赛车手、作家和导演。人生面临许多选择，不选择躺平，选择要赢。不是只有学习一条路需要认真，而是生活的姿态都要认真。龟兔赛跑的故事，兔子早已不再打

吨；丑小鸭变白天鹅的故事，告诉我们美由心生，爱自己才是终生浪漫的开始。

高一选科是好事，扬长避短，不与关公拼大刀，只与未来试比高；高二努力是明智，弯道超车，不让眼泪陪你过夜，只与时间来赛跑；高三沉稳是王道，热辣滚烫，不如二轮天天向上，只与朝夕论高低。“士别三日，当刮目相看”的吕蒙夺了荆州，却违抗军令杀了关羽，导致吴蜀关系紧张，死于“骄纵”；“五虎将万人敌”的张飞战功无数，然好饮酒鞭打兵士，导致部下关系紧张，死于“暴躁”；“温文尔雅一书生”的陆逊任东吴大都督，遭受万人质疑羞辱，夷陵一战火烧连营破蜀军，成于“坚韧”；“善谋奇策暗藏野心”的司马懿任魏国大将军故中诸葛空城计，遭遇激将宁着女装而拒出兵，三国终归司马氏，成于“远见”。

像谷爱凌一样感谢母亲谷燕的培养，像全红婵一样视教练陈华明为恩师，像易烊千玺一样感谢王源、王俊凯的陪伴，像全国道德模范学子刘羲檬一样做一个向上、向善、有爱的好青年。“有所爱”，是一种特别美丽的心境。爱风、爱雨、爱一粒沙；“亦被爱”，是一种特别阳光的姿态。自信、大气、蝴蝶自来。趁现在，“往后时光最年轻的时候”比“毕业那天遗憾的时候”更及时，只要是心无旁骛往前飞。

老师们，同学们，寒来暑往，四季更替，时间在流淌，青春正激昂。处于不同的周期，人的心境常常有起伏；面对不同的命运，人的追求始终都向上。救活一群鹿，可以放一群狼；度过一场疫情，可以共生长。驾驭之前，先是接受。

接受青春来袭，接受快慢不一，接受彼此的不完美，接受挫折的永相随；战胜之前，先不怕输。不怕扑面而来，不怕花尚未开，不怕时光的不停歇，不怕眼前的万重山。新学期，只要心中有热爱，繁花必然朵朵开。